VISIT…

ВКУСНЫЕ РЕЦЕПТЫ

МАСТЕР-КЛАСС ЛУЧШИХ ПОВАРОВ РОССИИ

№4 АПРЕЛЬ 2009

самое лучшее к пасхальному столу

4 607038 590433 09015

ПРОВЕРЕНО РЕДАКЦИЕЙ

СОДЕРЖАНИЕ

закуски и салаты

Фруктовый салат «Маскарад» 3

Салат из телятины с орехами 4-5

Салат из морской капусты 6

Закуска с копченой форелью 7

Салат из курицы с сельдереем 8

супы

Фасолевый суп со свининой 10-11

горячие блюда

Ростбиф по-английски 12-13

Вырезка из свинины
в картофельной корочке 14

пасхальный стол

Шоколадная пасха 15

Молочный поросенок 16-17

Домашняя колбаса 18-19

Булочки с пасхальными
яйцами 20-21

Яблочно-облепиховый кисель 22

горячие блюда

Морской гребешок с овощами 23

Рис с орехами кешью 24-25

Рыбная запеканка 26-27

Овощи с грибами 28-29

Креветки с брокколи
в сливочном соусе 30-31

десерты

Крем, запеченный
с карамельной глазурью 32-33

напитки

Коктейль «Экзотика» 35

Дорогие читатели!

В этом году Пасха – самый светлый и радостный христианский праздник – приходится на 19 апреля. На Руси по традиции к этому дню готовились начиная с Чистого четверга на последней неделе поста. В этот день убирали дом, красили и расписывали яйца, готовили пасху, пекли куличи, а в воскресенье все собирались за богато накрытым праздничным столом. Самыми популярными пасхальными блюдами всегда были: молочный поросенок, жареная телятина, всевозможные студни и заливные, сдобные булочки, а также сбитни, кисели и домашние настойки. Многие из рецептов этих блюд вы найдете в новом номере, и мы уверены, что они украсят ваше семейное застолье и придутся по вкусу гостям. А рекомендации нашего шеф-повара помогут вам в приготовлении любого из представленных рецептов. Приятного вам аппетита и хорошего настроения!

Условные обозначения

Сложность приготовления

A **Элементарно**

B **Несложные рецепты**

C **Довольно сложные рецепты**

40 МИН **Время приготовления**

4 **Количество порций**

467 ККАЛ **Калорийность одной порции**

совет шеф-повара
подсказка от автора рецепта

кстати
узнайте об этом рецепте немного больше

вариант
не можете найти нужные продукты? Замените их!

Мы рады ответить
на ваши вопросы по телефону
горячей линии:

(812) 786-27-50

(с 10 до 18 по московскому времени)

фруктовый салат «маскарад»

взяли...

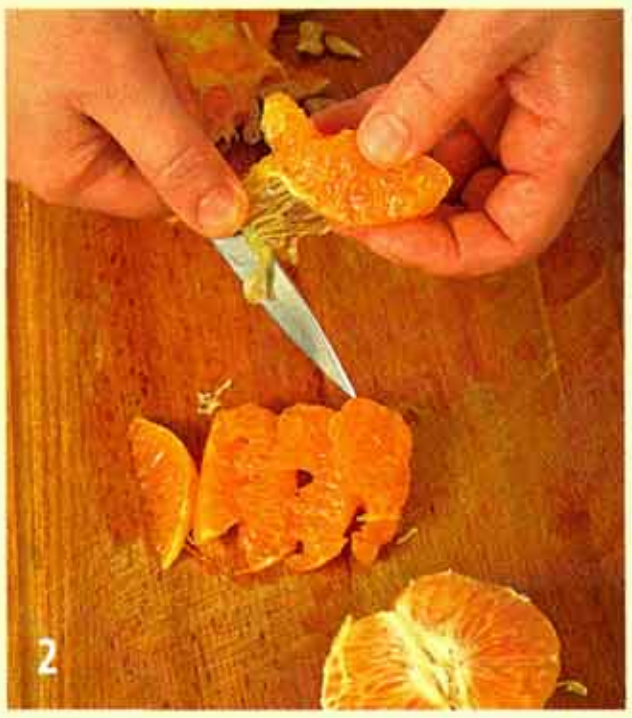
- 2 банана
- 2 яблока
- 2 мандарина
- 100 г винограда
- 100 г корня сельдерея
- 4 ст. л. майонеза

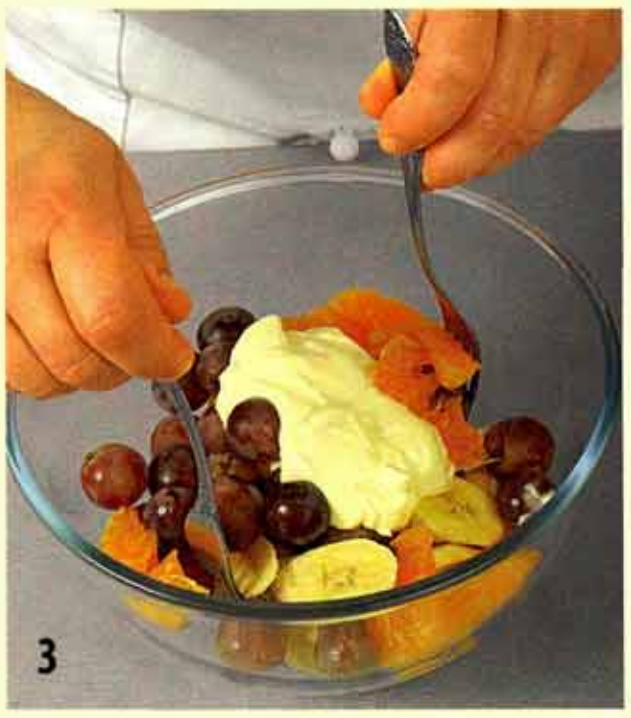
... и делаем

1. Корень сельдерея очистить и нарезать тонкой соломкой. Яблоки разрезать пополам, удалить сердцевину и также нарезать соломкой. Бананы очистить и нарезать кружочками.

2. Мандарины очистить от кожуры, разделить на дольки и каждую дольку аккуратно очистить от пленки. Виноград вымыть, обсушить и отделить ягоды от веточек.

3. Подготовленные фрукты и сельдерей смешать и сразу же заправить майонезом. При подаче выложить салат горкой и оформить кусочками фруктов.





салат из телятины с орехами

4 ВКУСНЫЕ РЕЦЕПТЫ

взяли...

- 500 г филе телятины (вырезка)
- 1/4 стакана поджаренных лесных орехов
- 300 г салата латука
- 1 пучок зеленого лука
- 1 сладкий стручковый перец
- растительное масло для жарки

для маринада:

- 1 луковица
- 2 зубчика чеснока
- 2 ст. л. соевого соуса
- 1 ст. л. растительного масла

для салатной заправки:

- 1 зубчик чеснока
- 2 ст. л. яблочного уксуса
- 2 ст. л. соевого соуса
- 2 ст. л. растительного масла
- 1 ч. л. сахара
- по 1/4 ч. л. порошка карри и молотого имбиря

...и делаем

1. Для маринада лук очистить и нарезать полукольцами. Чеснок очистить, мелко нарубить и перемешать с луком. Добавить соевый соус и растительное масло, влить 1 ст. л. холодной воды и перемешать.

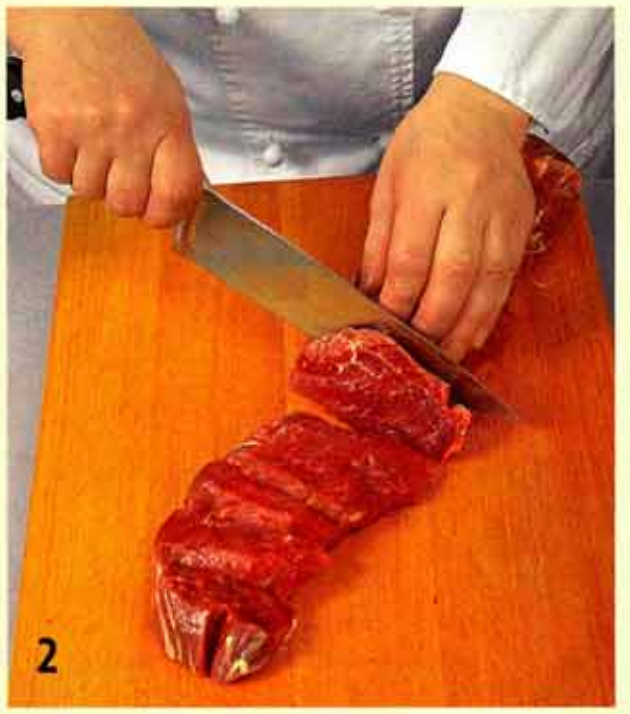
2. Телятину вымыть, обсушить и нарезать брусочками. Мясо залить приготовленным маринадом, накрыть пленкой и оставить на 30 мин.

3. Для заправки зубчик чеснока мелко нарубить, смешать с уксусом, соевым соусом, маслом и сахаром, добавить карри и молотый имбирь. Салат разобрать на отдельные листья, положить в воду со льдом и поставить в холодильник.

4. Телятину с луком вынуть из маринада и обсушить. В сковороде с маслом обжарить замаринованное мясо до готовности.

5. В той же сковороде, где жарилось мясо, подогреть салатную заправку, залить ею мясо и слегка перемешать.

6. Листья салата вынуть из воды и разложить на тарелке. На них выложить телятину с луком. Зеленый лук нарезать колечками, сладкий перец – кубиками, орехи разрезать пополам или крупно нарубить. Телятину посыпать орехами, луком, перцем и сразу же подавать.



совет от шеф-повара

Салатную заправку, приготовленную по этому рецепту, можно хранить в холодильнике в стеклянной таре до 1 недели и использовать для приготовления различных салатов из мяса или курицы.

салат из морской капусты

взяли...

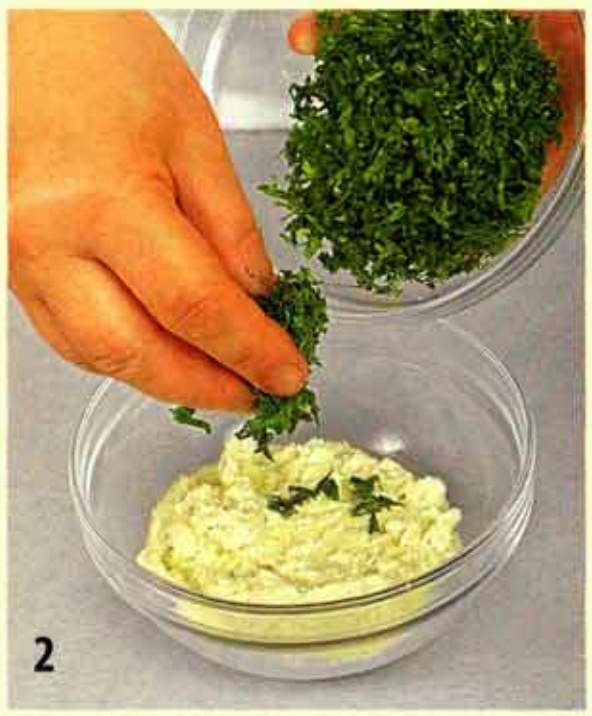
- **2 стакана консервированной морской капусты**
- **200 г белокочанной капусты**
- **1 стручок сладкого перца**
- **1 свежий огурец**
- **1 пучок зеленого лука**
- **1/2 ч. л. сахара**
- **растительное масло для заправки**

...и делаем

1 Белокочанную капусту тонко нашинковать. Сладкий перец разрезать пополам, удалить семена и нарезать перец небольшими кубиками. Зеленый лук нарезать колечками. Огурец нарезать кружочками или, при помощи овощечистки, тонкими пластинами.

2 Подготовленные овощи (кроме огурца) выложить в большую миску, добавить консервированную морскую капусту (при необходимости морскую капусту отжать, чтобы удалить излишки жидкости), посыпать сахаром и перемешать. Заправить салат растительным маслом, выложить на тарелку и оформить нарезанным огурцом.

Морская капуста (ламинария) – водоросль, произрастающая в морях бассейнов Тихого и Северного Ледовитого океанов. С древних времен она используется в пищу многими народами – ламинарию используют для приготовления разнообразных салатов, закусок, супов, овощных пюре и даже десертов!



Для того чтобы смягчить солоноватый вкус закуски, в центр каждого рулета можно поместить по 1-2 побега припущенной без соли спаржи.

закуска с копченой форелью

взяли...

200 г тонких ломтиков копченой форели

для блинов:

4 ст. л. муки

1/2 стакана молока

2 яйца

1 ст. л. сливочного масла

для начинки:

200 г мягкого плавленого сыра с чесноком

по 2 ст. л. мелко нарубленной зелени укропа и петрушки

1 ст. л. тертой цедры лайма

1 ст. л. сока лайма

соль, перец по вкусу

... и делаем

1 Молоко тщательно размешать с мукой и ввести в смесь яйца. Сливочное масло растопить, остудить и добавить в смесь. Из полученного теста испечь 2 больших тонких блина и дать им остыть.

2 Сыр размять вилкой, смешать с рубленой зеленью укропа и петрушки, добавить цедру и сок лайма, приправить по вкусу солью и перцем.

3 На холодные блины ровным слоем намазать сырную массу, разложить равномерно ломтики лосося, оставив свободным край блина с сыром. Блины свернуть в рулеты так, чтобы свободный край блина плотно обхватил и склеил рулет. Рулеты обернуть в пергамент, плотно закрыв с концов, поместить в холодильник на 2 ч и затем разрезать на кусочки толщиной 2 см.

салат из курицы с сельдереем

взяли...

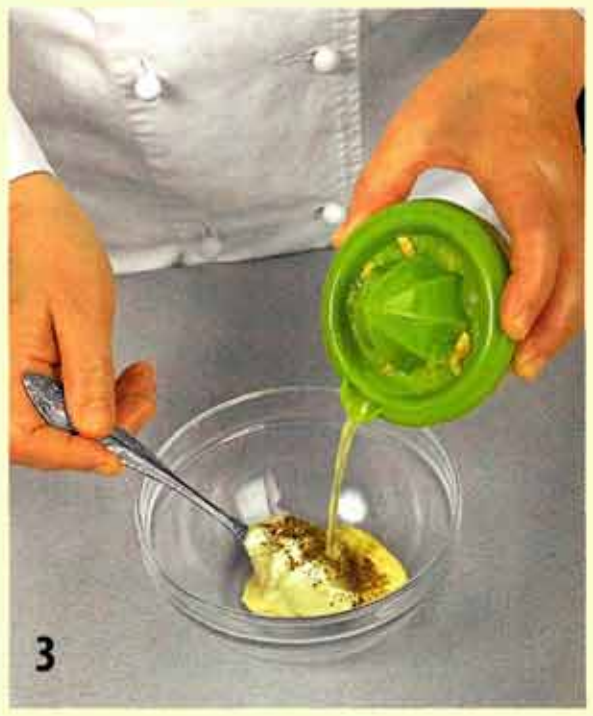
- 2 куриные грудки
- 8-9 перепелиных яиц
- 100 г корня сельдерея
- 1 сладкий красный перец
- 3 соленых огурца
- 1 пучок редиски
- 1/2 лимона (сок)
- 1 ч. л. сахара
- 1 ч. л. сливочного масла
- растительное масло для жарки
- соль, молотый черный перец, майонез по вкусу

...и делаем

1 Куриные грудки разрезать вдоль на 2 части. Получившиеся пластины посолить, поперчить и обжарить с двух сторон на растительном масле до готовности. Обжаренную курицу остудить и нарезать тонкими брусочками. Перепелиные яйца сварить вкрутую, остудить и очистить.

2 Сладкий перец и огурцы нарезать тонкими брусочками, редис и перепелиные яйца – кружочками. Корень сельдерея очистить, нарезать брусочками и тушить на сливочном масле до мягкости. Все подготовленные ингредиенты салата смешать или выложить их отдельными группами: в центре тарелки – брусочки сельдерея, курицы, огурцов и перца, а по краям тарелки – кружочки редиса и яиц.

3 Для приготовления салатной заправки майонез соединить с солью, сахаром и черным перцем, влить лимонный сок и перемешать (в заправку можно добавить нарезанные мелкими кубиками обрезки красного перца). Салат полить приготовленной заправкой.



Для приготовления этого салата вместо редиса можно использовать дайкон, а корень сельдерея заменить зелеными стеблями сельдерея (тушить их не надо, достаточно просто нарезать тонкими пластинками).

Выпечка к светлому празднику Пасхи!

Возьмите:

Орехово-кофейный торт

Тесто: 6 яиц, пак. ванильного сахара, 220 г сахара, 200 г молотых грецких орехов, 40 г муки, 1 ст. л. без верха какао, щепотка молотой корицы.

Начинка: 500 мл теплого молока, 100 г сахара, 3 ч.л. растворимого кофе, пак. ванильного пудинга «Д–р Оеткер», 250 г сливочного масла.

Посыпка: молотые орехи, какао, сахарная пудра.

Приготовление: яйца взбивать 5 минут с сахаром и ванильным сахаром. Орехи, муку, какао и корицу перемешать, вмешать во взбитые яйца. Тесто разделить на 5 частей. 1/5 размазать по противню, смазанному маслом, проложенному бумагой для выпечки. Выпекать 15 минут в разогретой духовке при 200 °С. Испекшийся корж перевернуть на посыпанную сахаром бумагу для выпечки, верхнюю бумагу снять. Также испечь остальные 4 коржа. Для начинки приготовить пудинг по инструкцией, используя указанное количество молока, сахара и кофе. Часто мешая, дать пудингу остыть. Масло взбить и быстро вмешать в остывший пудинг. 2/3 крема соединить коржи. Половиной оставшегося крема смазать верх и бока торта. Другую половину поместить в кондитерский мешок и с его помощью украсить торт. Торт посыпать молотыми орехами, какао и сахарной пудрой. Готовый торт поставить на час в холодильник.

Dr.Oetker

Качество - лучший рецепт.

реклама

фасолевый суп со свининой

взяли...

- 700 г свинины (корейки)
- 1 стакан белой фасоли
- 1 баклажан
- 1 луковица
- 4 помидора
- 2 зубчика чеснока
- 2 лавровых листа
- 1/2 стакана белого сухого вина
- 5 ст. л. растительного масла
- свежий тимьян (или сушеный майоран), черный молотый перец, соль по вкусу

...и делаем

1. Фасоль вымыть, залить холодной водой и оставить на ночь. На следующий день воду слить, фасоль снова вымыть. Свиную корейку нарезать небольшими кубиками, посолить, поперчить и обжарить на сковороде до золотистого цвета, добавив 2 ст. л. растительного масла.

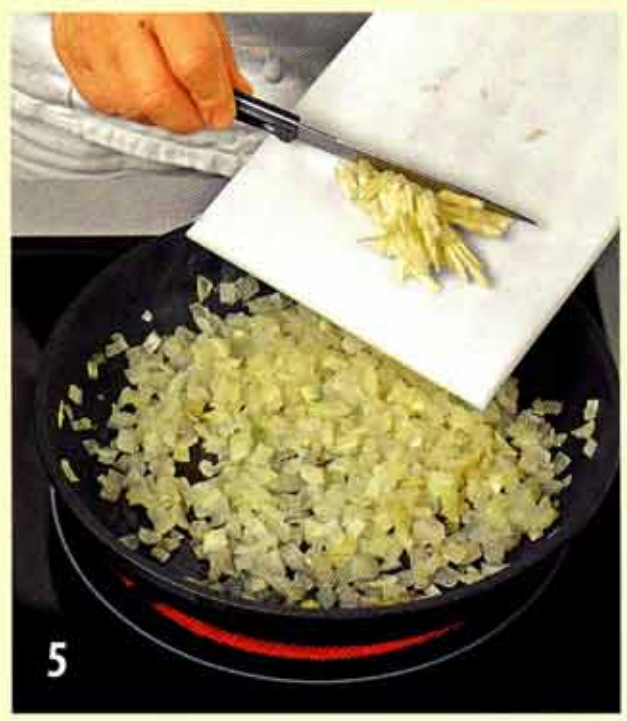
2. Белое вино налить в кастрюлю, довести до кипения, добавить подготовленные свинину и фасоль, влить 6 стаканов воды, накрыть крышкой и проварить на слабом огне в течение 40 мин. (до готовности фасоли), периодически снимая пену.

3. Баклажан нарезать небольшими дольками или кубиками.

4. В сковороде с 2 ст. л. растительного масла обжарить баклажаны. Затем вынуть из масла и обсушить на салфетке.

5. В той же сковороде, где жарились баклажаны, на слабом огне разогреть оставшееся масло, спассеровать мелко нарезанный лук в течение 3 мин., добавить измельченный чеснок и обжарить в течение 1 мин. Затем увеличить огонь, положить нарезанные дольками помидоры и быстро прогреть.

6. Обжаренные овощи выложить в кастрюлю с мясом и фасолью, добавить лавровый лист и тимьян. При необходимости влить горячую воду, посолить по вкусу, довести суп до кипения и снять с огня.



совет от шеф-повара

Для того чтобы бульон получился более прозрачным, фасоль можно отварить отдельно до готовности и затем добавить в суп вместе с обжаренными овощами.

TalleR
England

РЕЦЕПТ ПРЕДСТАВЛЯЕТ

ростбиф по-английски

взяли...

- 900 г говяжьей вырезки
- 2 ст. л. пшеничной муки
- 1 ст. л. топленого масла
- соль по вкусу

для маринада:

- 2 луковицы
- 2 моркови
- 100 г корня сельдерея
- 100 г корня петрушки
- 4 ст. л. растительного масла
- 2 ст. л. сахара
- 1 лавровый лист
- соль, молотый черный перец и душистый перец по вкусу

...и делаем

1. Говяжью вырезку вымыть, обсушить и разрезать кусок пополам. Для приготовления маринада все овощи очистить. Лук нарезать тонкими полукольцами.

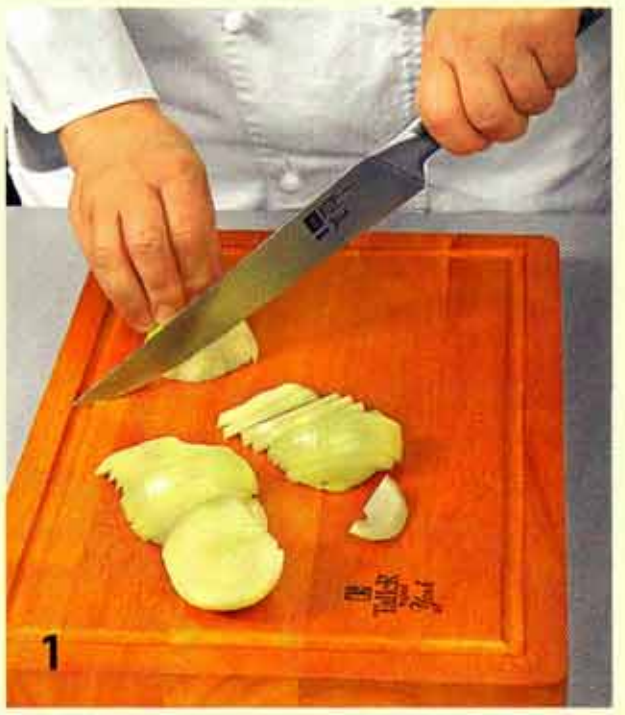
2. Подготовленный лук положить в большую чашу для смешивания, закрыть крышкой-теркой и натереть на ней морковь, корни сельдерея и петрушки.

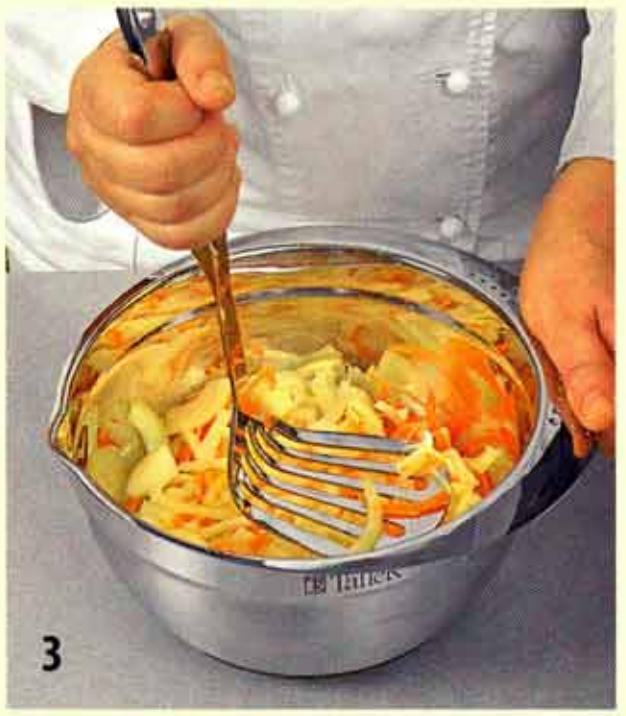
3. Измельченные овощи посыпать солью и сахаром, добавить растительное масло, лавровый лист и перец. Все вместе немного размять толкушкой до тех пор, пока не начнет выделяться овощной сок.

4. В готовый маринад уложить куски мяса, накрыть чашу пищевой пленкой и поставить в прохладное место на сутки.

5. Через 24 часа куски вырезки очистить от овощей и обвалять в муке.

6. В сковороде разогреть топленое масло и обжарить говядину до золотистой корочки. Затем сковороду с мясом на 15-20 мин. поставить в разогретую до 200° духовку. Готовый ростбиф нарезать ломтиками поперек волокон, уложить на подогретое блюдо. В качестве гарнира можно подать отваренный и затем обжаренный картофель, брюссельскую капусту и помидоры.





В приготовлении этого замечательного блюда вам поможет посуда TalleR, а именно: набор ножей с доской «Йорк», сковорода «Бренда», картофелемялка перфорированная и вилка поварская из кухонного набора «Колдвел», чаша с теркой из набора для смешивания «Блоссом», набор для специй «Элвуд».

вырезка из свинины в картофельной корочке

сложность	порция	время	калорийность
В	3	40 мин.	548 ккал

взяли...

- 500 г свиной вырезки
- 1 яйцо
- 3 картофелины (среднего размера)
- 1 луковица
- растительное масло для жарки
- зелень укропа и петрушки, соль по вкусу

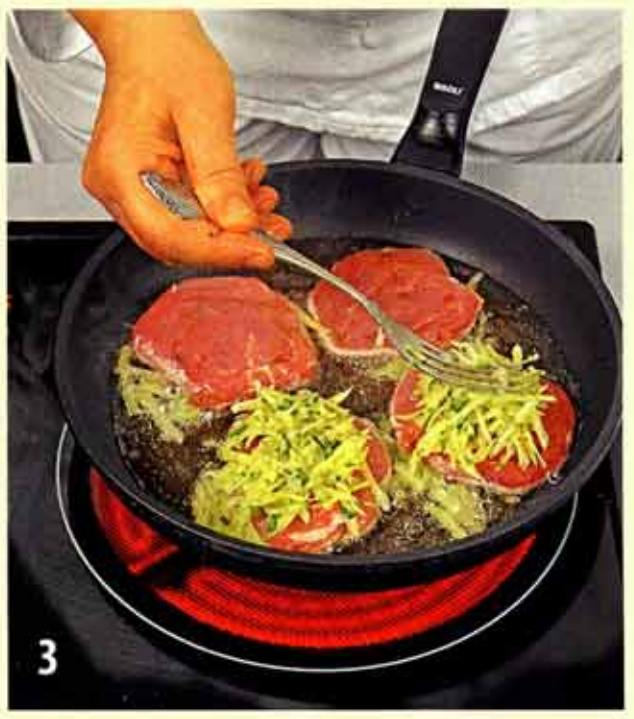
...и делаем

1. Лук очистить и мелко нашинковать. Зелень вымыть, обсушить и мелко нарубить. Картофель очистить, натереть на крупной терке, сок слегка отжать. В натертый картофель добавить лук, слегка взбитое с солью яйцо и зелень, тщательно перемешать. Свинину нарезать поперек волокон на порционные куски толщиной 1,5-2 см, тщательно отбить и посолить.

2. Половину картофельной массы выложить ровным слоем на отбивные, хорошенько прижать. Отбивные выложить картофельным слоем вниз на хорошо разогретую сковороду с растительным маслом.

3. На мясо сверху выложить оставшуюся картофельную массу и обжарить с обеих сторон до образования румяной корочки.

& Если используется не вырезка, а другая часть свинины, нужно отбивные прожарить с двух сторон, затем посыпать мукой и покрыть с двух сторон тертым картофелем.



пасхальный стол

шоколадная пасха

сложность: В | порция: 12 | время: 30 мин. | калорийность: 343 ккал

взяли...

- 1 кг творога
- 300 г сливочного масла
- 6 ст. л. сметаны
- 1 стакан сахара
- 1 стакан сахарной пудры
- 4 ст. л. какао-порошка
- 1/4 ч. л. соли
- ванилин по вкусу
- шоколад черный и белый для украшения

... и делаем

1. Размягченное сливочное масло растереть до густоты сметаны, добавить просеянный порошок какао, сахар, сахарную пудру, соль, ванилин и тщательно растереть.

2. Свежий творог протереть через сито, добавить в него сметану и перемешать. Подготовленный творог небольшими порциями ввести в приготовленную ранее смесь из масла, сахара и какао. Все тщательно перемешать.

3. Когда творожная масса приобретет равномерный шоколадный цвет, переложить ее в специальные формы, застеленные чистой марлей. Творог плотно утрамбовать и поставить в холодное место примерно на сутки. Готовую пасху выложить из формы и украсить шоколадом.

пасхальный стол

молочный поросенок

взяли...

- 1 молочный поросенок весом около 2,5 кг
- 1 пучок черешкового сельдерея
- 1/2 стакана красного вина
- 2 ст. л. зерновой горчицы
- 2 ст. л. бальзамического уксуса
- 2 ст. л. соевого соуса
- 8 ст. л. оливкового масла
- 1/2 ч. л. корицы
- 1 ч. л. паприки
- 1 ч. л. черного перца (горошком)
- щепотка сухого базилика и мускатного ореха
- сливочное масло, соль по вкусу

...и делаем

1. В ступку всыпать базилик, горошины черного перца, корицу, мускатный орех и паприку. Растереть все вместе пестиком до измельчения горошин перца.

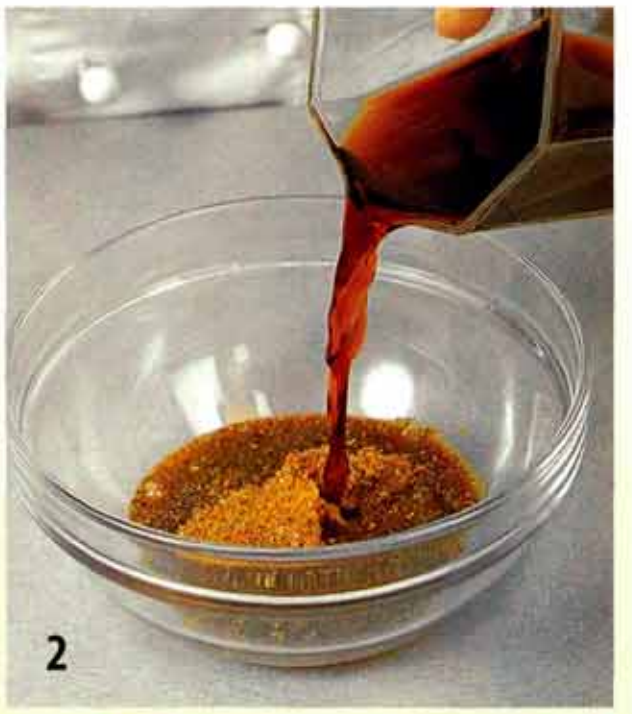
2. Специи переложить в миску, добавить соль, влить красное вино и соевый соус.

3. К специям добавить 2 ст. л. зерновой горчицы, оливковое масло и бальзамический уксус. Приготовленный маринад тщательно перемешать.

4. Тушку молочного поросенка вымыть изнутри и снаружи и обсушить. Ножом сделать небольшие надрезы внутри тушки, не прокалывая ее насквозь. Обильно смазать подготовленного поросенка со всех сторон (и изнутри) маринадом.

5. Для того чтобы во время запекания тушка поросенка осталась ровной, внутрь тушки необходимо вставить подходящую по размеру бутылку, обернутую фольгой.

6. На дно формы для запекания положить черешки сельдерея, на них – подготовленного поросенка и оставить для маринования на 30-40 мин. Перед запеканием наиболее выступающие части тушки (хвост, уши, пятачок) обильно смазать сливочным маслом и обернуть фольгой. Затем запечь поросенка в разогретой до 180-200° духовке в течение 1,5 ч.



совет от шеф-повара

В качестве гарнира к запеченному молочному поросенку хорошо подать смесь из отваренной гречки, риса и перепелиных яиц, приправленную специями и пассерованными овощами (луком и морковью).

пасхальный стол

домашняя колбаса

взяли...

- 1 кг говядины (бескостной)
- 1 кг свинины (тазобедренная часть)
- 1/2 кг шпика
- 200 г свиных кишок (соленых)
- 4 луковицы
- 1 головка чеснока
- 100 г коньяка
- по 1/2 ч. л. семян тмина и кориандра
- 1/2 ч. л. орегано
- по 1/4 ч. л. молотого черного и душистого перца
- 2 ст. л. соли

...и делаем

1 Свиные кишки замочить в холодной воде. Говядину и свинину вымыть, обсушить и мелко нарубить. Шпик и лук нарезать мелкими кубиками. В большой миске смешать рубленое мясо, шпик и лук.

2 Чеснок очистить, пропустить через пресс и добавить в фарш.

3 В фарш влить коньяк, посолить и добавить специи. Приготовленный фарш тщательно вымешать. Для того чтобы определить, достаточно ли соли и специй в фарше, можно поджарить на сковороде небольшую лепешку из фарша и попробовать ее. При необходимости добавить соль и специи в колбасный фарш.

4 Свиные кишки тщательно вымыть, надеть конец кишки на водопроводный кран и вымыть внутреннюю часть под сильным напором холодной воды, после этого слегка отжать. Конец кишки закрепить в специальной насадке для приготовления колбас. При помощи мясорубки с насадкой плотно набить кишки приготовленным фаршем.

5 Перевязать концы колбасы сложенной в несколько раз кулинарной нитью.

6 Приготовленные колбасы разложить на противне и проколоть в нескольких местах тонкой иглой, чтобы выпустить оставшийся в кишках воздух, иначе при запекании колбаса может лопнуть. Колбасу запекать в разогретой до 180-200° духовке в течение 30 мин., изредка переворачивая и поливая ее выделившимся соком. Затем включить режим «гриль» и подрумянить колбасу в течение 10-15 мин.

совет от шеф-повара

Если у вас нет специальной насадки для мясорубки, то набить кишки можно при помощи обычной пластиковой бутылки. Бутылку обрежьте таким образом, чтобы у вас получилась воронка. На горлышко бутылки наденьте кишку и закрепите ее. Наполнив «воронку» фаршем и постепенно продавливая его, плотно набейте кишки.

пасхальный стол

булочки с пасхальными яйцами

взяли...

для теста:

- 500 г муки
- 2 ст. л. сухих дрожжей
- 1/4 л молока
- 50 г сливочного масла
- 15 яиц
- 1 яичный желток
- 50 г сахара
- соль по вкусу
- сливочное масло по вкусу

...и делаем

1 Для приготовления опары в теплом молоке растворить дрожжи, добавить 1 ч. л. сахара. Когда на поверхности появятся пузырьки, добавить 2 ст. л. просеянной муки и перемешать. Емкость с опарой накрыть полотенцем, поставить в теплое место и дать подойти (это займет около 15-20 мин.).

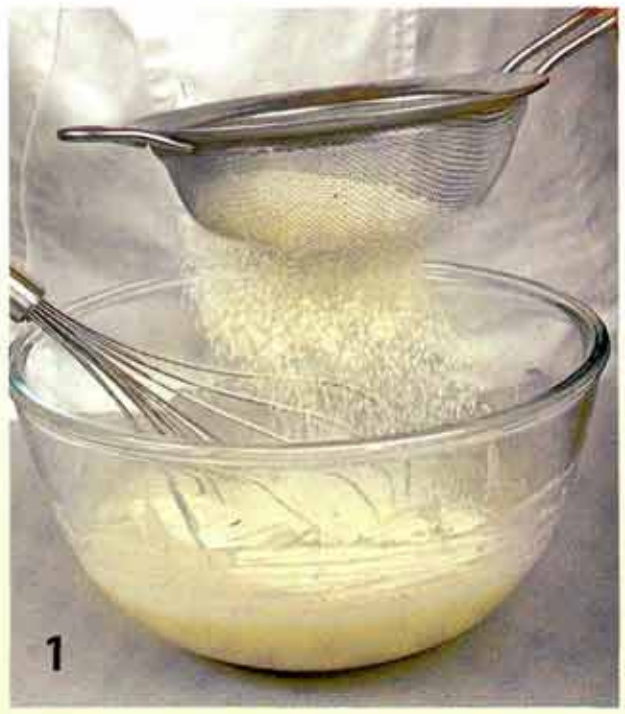
2 Затем добавить в опару размягченное сливочное масло, яйцо, соль и оставшийся сахар и, постепенно добавляя муку, замесить тесто. В кастрюлю поместить получившееся тесто, накрыть полотенцем и снова поставить подходить. 14 яиц сварить в течение 5 мин. и остудить.

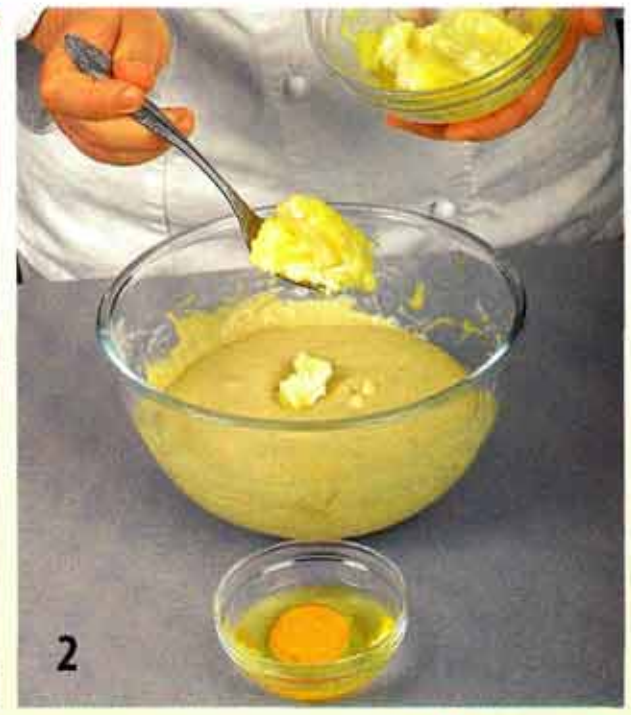
3 После того как тесто подошло, слегка обмять его и выложить на посыпанный мукой стол, разделить на 14 частей и раскатать их в жгутики длиной 40-50 см.

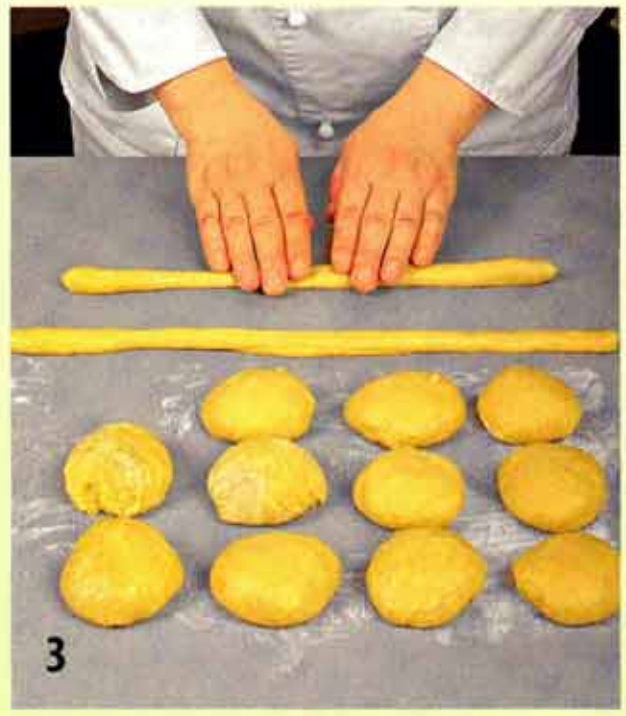
4 Каждый жгутик сложить пополам и скрутить спиралью.

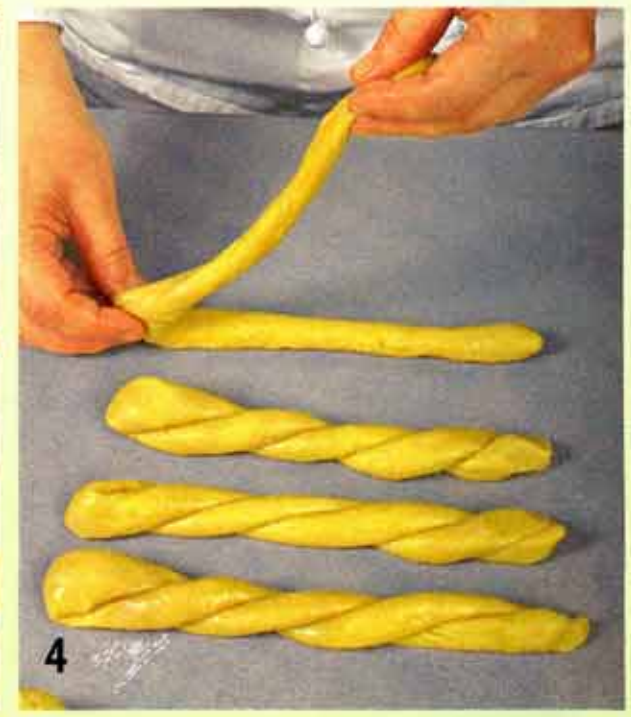
5 Полученную спираль свернуть в кольцо, концы переплести и незаметно защипать.

6 Получившиеся «гнездышки» уложить на противень, застеленный смазанным маслом пергаментом, и вложить в центр каждого кольца сваренное вкрутую яйцо. Поверхность булочек смазать взбитым желтком и дать тесту подойти. Духовку разогреть до 180-200° и выпекать булочки в течение 15-20 мин.









совет от шеф-повара

Дополнительно сварите 2-3 яйца, так как во время выпечки некоторые яйца могут треснуть. Если вы захотите раскрасить яйца, то обязательно выньте их из выпеченных «гнездышек», нанесите рисунок, дайте как следует просохнуть и лишь затем положите обратно.

яблочно-облепиховый кисель

взяли...

- 3 яблока
- 1 стакан облепихи
- 1/2 стакана сахара
- 1 ст. л. крахмала

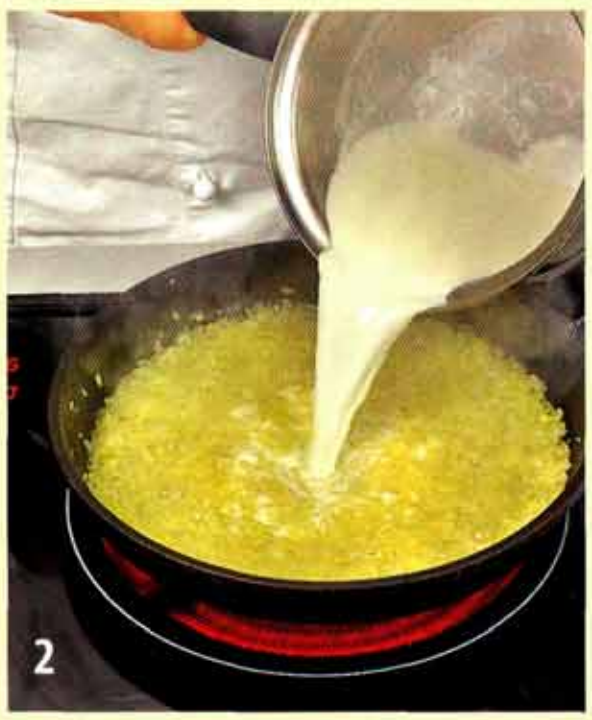
... и делаем

1. Яблоки вымыть, обсушить и нарезать дольками, удалив все семена. В небольшой кастрюле вскипятить 1 л воды и проварить в ней яблоки до размягчения. Откинуть их на сито и протереть яблоки прямо в отвар, кожуру удалить.

2. Облепиху протереть через сито и добавить полученное пюре в отвар с протертыми яблоками. Полученную смесь снова поставить на огонь, добавить сахар и довести до кипения.

3. В холодной воде развести крахмал, влить его в кипящую фруктовую смесь, размешать, довести до кипения и снять с огня. Кисель можно подавать как в теплом, так и в холодном виде.

Содержащийся в облепихе витамин С может сохраняться очень долго, так как в ягодах отсутствует фермент, разрушающий его.



морской гребешок с овощами

взяли...

- 600 г морского гребешка
- 3/4 стакана молока
- 150 г сливочного масла
- 2 ст. л. растительного масла
- 1/6 корня сельдерея
- 2 луковицы
- 2 зубчика чеснока
- 2 ст. л. пшеничной муки
- 200 г белого хлеба
- черный молотый перец, соль по вкусу

... и делаем

1. Лук, чеснок и корень сельдерея вымыть и очистить. Лук и чеснок мелко нарубить, сельдерей натереть на крупной терке. В сковороде разогреть растительное масло и 50 г сливочного масла, всыпать измельченные лук, чеснок и сельдерей, посолить и поперчить. Все тщательно перемешать и тушить на слабом огне до получения однородной массы и появления пузырьков. В конце тушения всыпать в сковороду муку и хорошо перемешать.

2. В сковороду с тушеными овощами влить кипяченое молоко, добавить оставшееся сливочное масло и довести до кипения.

3. В приготовленный соус опустить морской гребешок и проварить в течение 5 мин. Блюдо подавать с небольшими кубиками поджаренного белого хлеба.

Соус для тушения морского гребешка можно приготовить и на основе рыбного бульона. Для этого необходимо обжарить лук, чеснок и имбирь, затем добавить морской гребешок и все вместе обжарить. После этого влить рыбный бульон и довести до кипения.

рис с орехами кешью

взяли...

- 250 г говяжьего фарша
- 250 г свиного фарша
- 100 г варено-копченой рульки или ветчины
- 50 г сыра пармезан
- 1,5 стакана длиннозерного риса
- 400 г зеленого горошка (свежего или консервированного)
- 3 помидора
- 1/2 стакана изюма без косточек
- 1 стакан орехов кешью
- 2 луковицы
- 1 пучок шнитт-лука (небольшой)
- 4 зубчика чеснока
- 3 ст. л. сливочного масла
- соль, черный молотый перец по вкусу

...и делаем

1. Рис отварить до полуготовности, откинуть на дуршлаг и дать воде стечь.

2. Шнитт-лук нарезать колечками, репчатый лук – кубиками. С помидоров снять кожицу и нарезать дольками. Чеснок мелко нарубить.

3. В сковороде разогреть сливочное масло, положить нарезанные овощи, добавить фарш, посолить и приправить перцем по вкусу. Быстро обжарить все вместе на сильном огне, а потом тушить при закрытой крышке на медленном огне около 20 мин.

4. В сковороду добавить нарезанную небольшими ломтиками рульку или ветчину, всыпать вымытый изюм. Затем добавить отваренный рис и горошек, перемешать и немного прогреть все вместе.

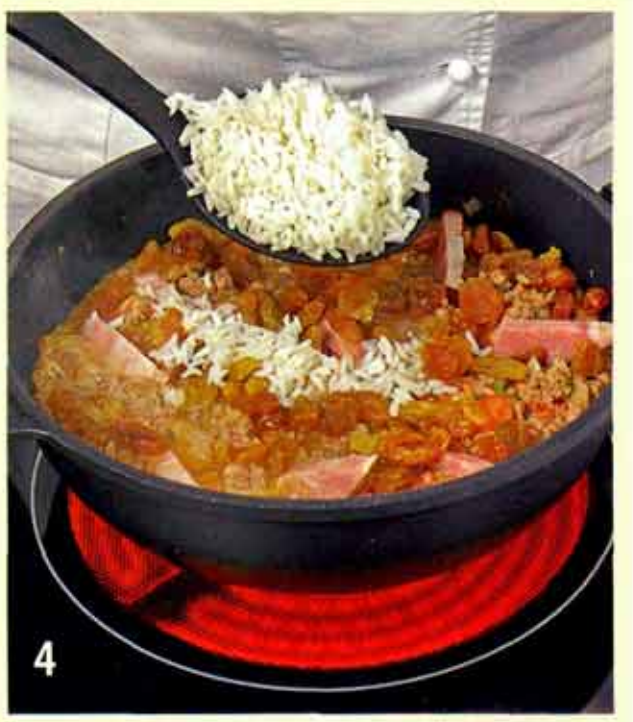
5. К рису добавить орехи кешью, хорошо перемешать. Сковороду накрыть крышкой и дать постоять несколько минут на уже выключенной, но еще горячей плите.

6. Пармезан натереть на крупной терке, посыпать им горячий рис с кешью и сразу же подавать.

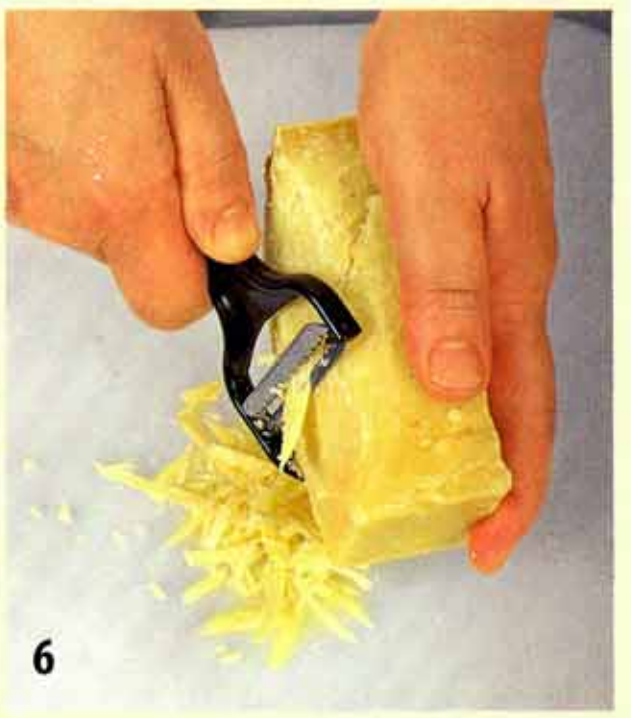
1

2

3


4

5


6

совет от шеф-повара

После тушения фарша с овощами выделяется довольно много жидкости. Лучше всего излишки жидкости сразу же убрать, и затем, если понадобится, понемногу добавлять (готовое блюдо должно быть не вязким, а рассыпчатым).

рыбная запеканка

взяли...

- 400 г филе морского окуня
- 4 картофелины
- 2 луковицы
- 1 ст. л. панировочных сухарей
- 1 пучок зеленого лука
- растительное масло для жарки

для соуса:

- 2 ст. л. сливочного масла
- 3/4 стакана молока
- 1 ст. л. муки
- молотый перец, соль по вкусу

...и делаем

1 Картофель очистить, нарезать тонкими круглыми ломтиками и положить в холодную подсоленную воду, чтобы он не потемнел.

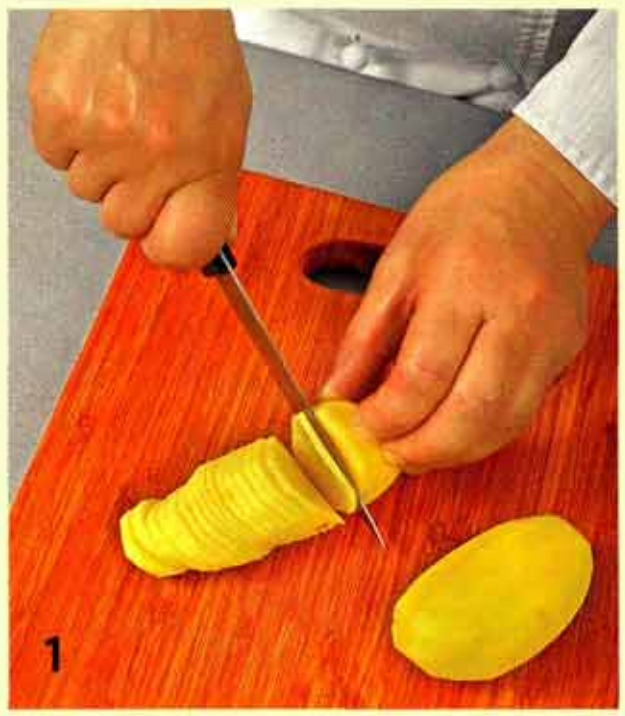
2 Филе морского окуня обжарить в хорошо разогретом растительном масле с двух сторон.

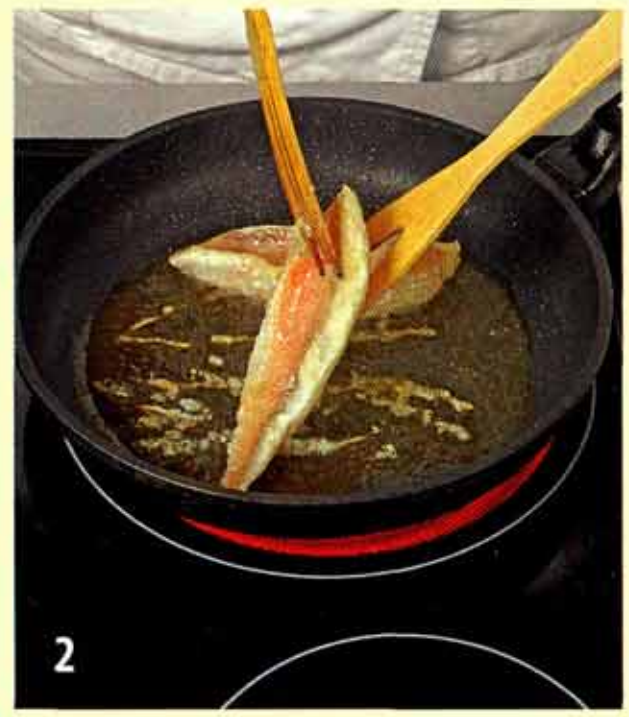
3 Лук очистить, нарезать кольцами и обжарить в отдельной сковороде в растительном масле.

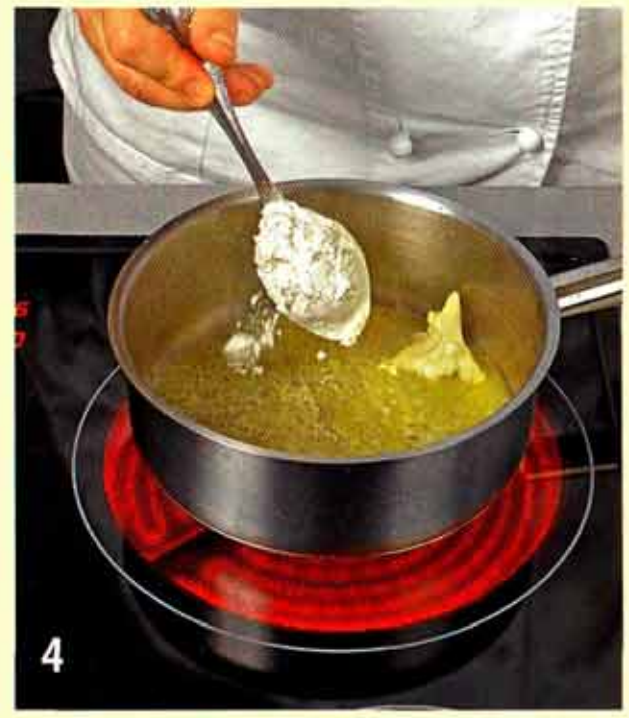
4 Для приготовления соуса растопить в небольшом ковшике сливочное масло, спассеровать в нем муку, добавить соль и сахар по вкусу. Затем влить теплое молоко и тщательно перемешать, чтобы не образовалось комочков.

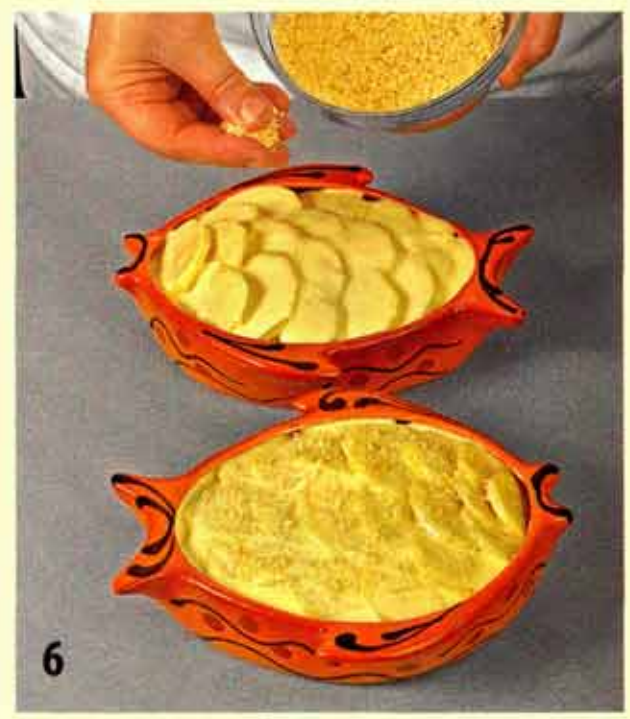
5 Форму для запекания смазать маслом, на дно уложить половину ломтиков картофеля, полить соусом. Затем уложить рыбу, сверху – лук. На слой лука выложить оставшийся картофель и полить его соусом.

6 Рыбу посыпать сверху панировочными сухарями и запечь в разогретой до 180° духовке в течение 25-30 мин. За 5 мин. до окончания включить верхний гриль, чтобы на поверхности запеканки образовалась румяная корочка. Запеканку подавать с измельченным зеленым луком.









совет от шеф-повара

Чтобы разнообразить вкус блюда, половину картофеля можно заменить морковью, нарезанной тонкими кружочками и предварительно слегка припущенной. На верхний слой овощей можно положить кружочки вареных яиц и затем уже полить их белым соусом, в который можно добавить по вкусу томатную пасту (или острый кетчуп) или мелко рубленную зелень.

овощи с грибами

сложность порции время калорийность

взяли...

- 200 г грибов (шампиньоны или вешенки)
- 1 морковь
- 1 сладкий перец
- 200 г стручковой фасоли
- 1 зубчик чеснока
- 2 см корня имбиря
- 1 ч. л. семян кунжута
- 1 ч. л. соевого соуса
- 1 ч. л. кунжутного масла
- 2 ст. л. растительного масла

...и делаем

1. Морковь очистить и нарезать длинной соломкой. Сладкий перец очистить от семян и перегородок и нарезать тонкими длинными брусочками. Стручковую фасоль вымыть, обсушить и разрезать пополам.

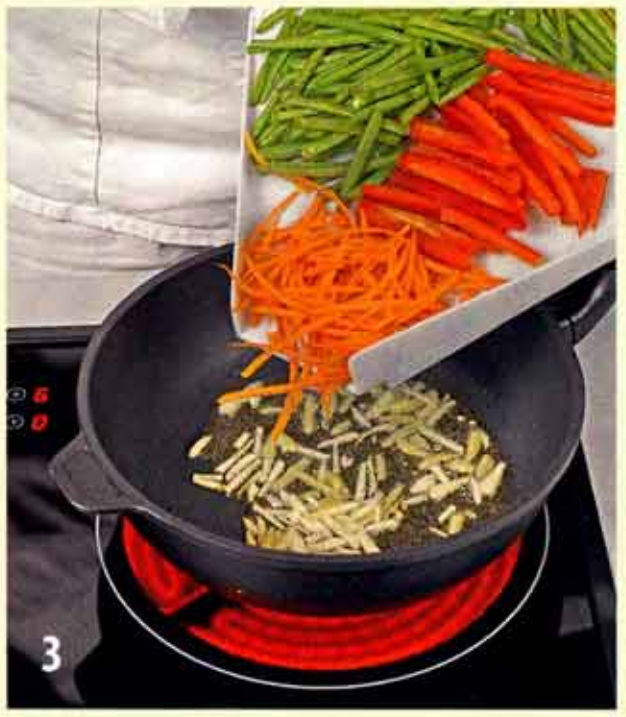
2. Чеснок и корень имбиря очистить и нарезать тонкой соломкой или мелко нарубить. В глубокой сковороде разогреть растительное масло и обжарить в нем чеснок и имбирь до золотистого цвета.

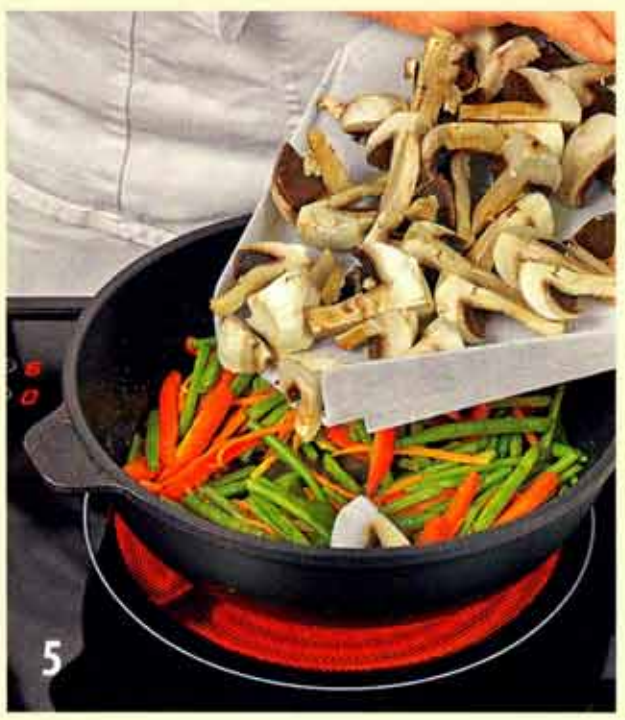
3. В сковороду добавить нарезанные овощи и обжарить на сильном огне в течение 5 мин., периодически аккуратно перемешивая.

4. Шампиньоны протереть салфеткой (если надо – вымыть), со шляпок снять кожицу. Подготовленные грибы нарезать дольками.

5. Нарезанные шампиньоны добавить в сковороду с обжаренными овощами и готовить, помешивая, на сильном огне около 2 мин.

6. К овощам добавить кунжутное масло. Сковороду снять с огня, овощи с грибами приправить по вкусу соевым соусом, перемешать и подать на стол, посыпав семенами кунжута.





совет от шеф-повара

Для того чтобы грибы как можно меньше потемнели во время жарки, их можно обжарить отдельно и добавить к овощам в самом конце приготовления.

креветки с брокколи в сливочном соусе

взяли...

- 400 г очищенных тигровых креветок
- 2-3 картофелины
- 200 г брокколи
- 1/2 стакана сливок (20%)
- 2 ст. л. карри
- сливочное масло для жарки
- соль, молотый черный перец

...и делаем

1. Картофель очистить, вымыть, нарезать кубиками среднего размера и тщательно обсушить.

2. В сковороде растопить сливочное масло и, периодически помешивая, обжарить в нем картофель около 5 мин. до образования золотистой корочки.

3. Брокколи вымыть, разобрать на соцветия, залить небольшим количеством горячей воды (так, чтобы вода только слегка покрыла брокколи) и припустить в течение 2-3 мин. Затем воду слить и добавить брокколи в сковороду с обжаренным картофелем.

4. Картофель с брокколи посыпать порошком карри и влить в сковороду сливки.

5. Креветки быстро обжарить в отдельной сковороде в сливочном масле.

6. Обжаренные креветки добавить к овощам, приправить по вкусу солью и перцем и подавать.

На основе этого рецепта можно приготовить блюдо с кальмарами. Для этого предварительно очищенных от пленок кальмаров необходимо ошпарить кипятком, затем нарезать кольцами или полосками и быстро обжарить в масле. Добавить обжаренных кальмаров к овощам и сразу же снять сковороду с огня.

совет от шеф-повара

Картофель и креветки лучше всего обжаривать не на чистом сливочном масле (так как оно довольно быстро начинает гореть), а на смеси растительного и сливочного масел. В чистом виде для обжарки можно использовать топленое масло.

крем, запеченный с карамельной глазурью

взяли...

- 1 стакан сахара (для карамели)
- 1 банка сгущенного молока (сладкого)
- 1 стакан молока
- 1 ст. л. сливочного масла
- 3 яйца
- фрукты для украшения

...и делаем

1 В большой противень с высокими бортиками налить такое количество воды, чтобы формочки, поставленные на противень, на 2/3 своей высоты были погружены в воду.

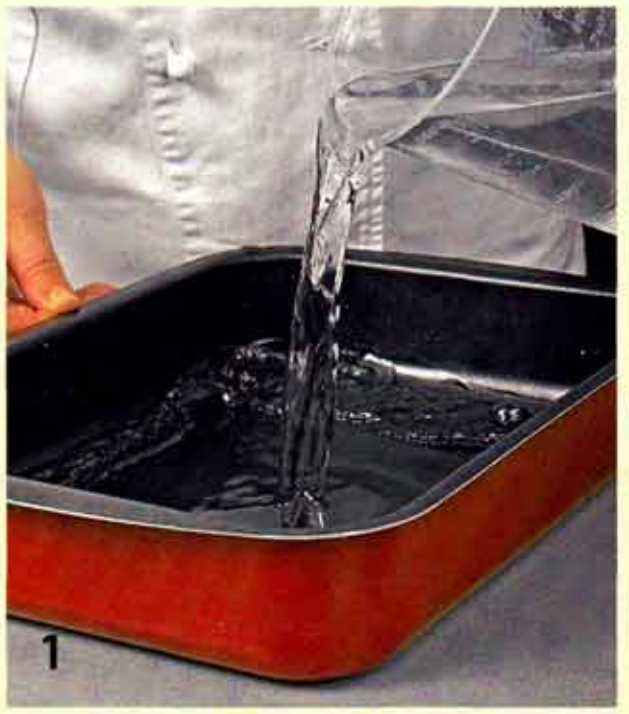
2 Порционные огнеупорные формочки обильно смазать размягченным сливочным маслом и равномерно обсыпать всю внутреннюю поверхность сахаром. Формочки поместить в противень с водой и поставить в разогретую до 300° духовку.

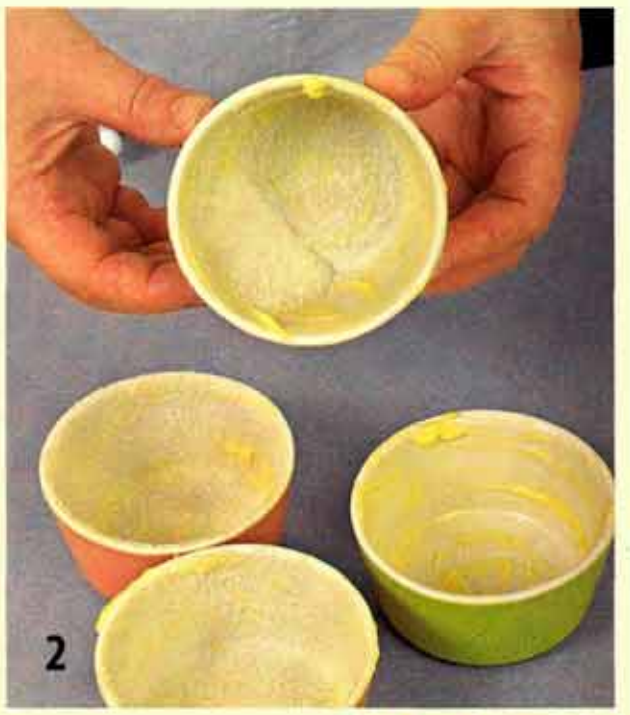
3 Периодически необходимо доставать противень с формочками из духовки и осторожно размешивать плавящийся сахар. После того, как карамель приобретет нежный золотистый цвет, достать противень с формочками из духовки и дать карамели остыть.

4 Для приготовления крема соединить сгущенное молоко и яйца.

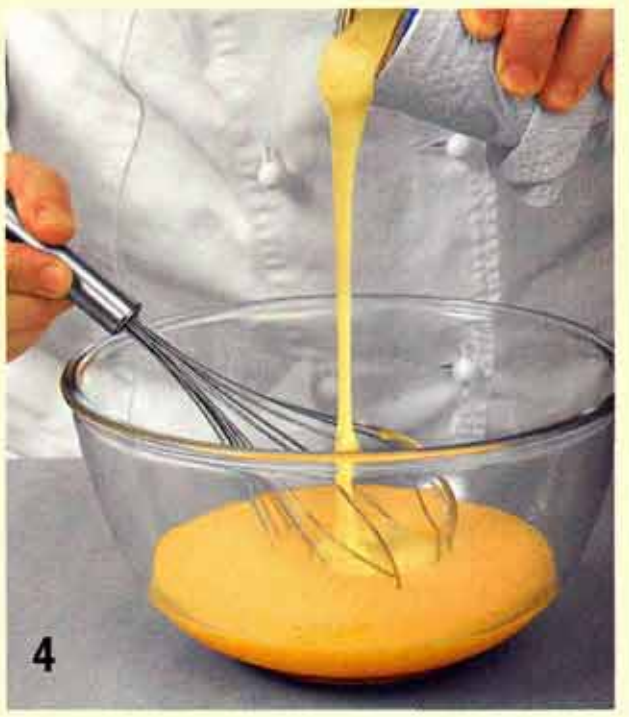
5 Затем влить простое молоко и взбить все вместе до получения однородной массы.

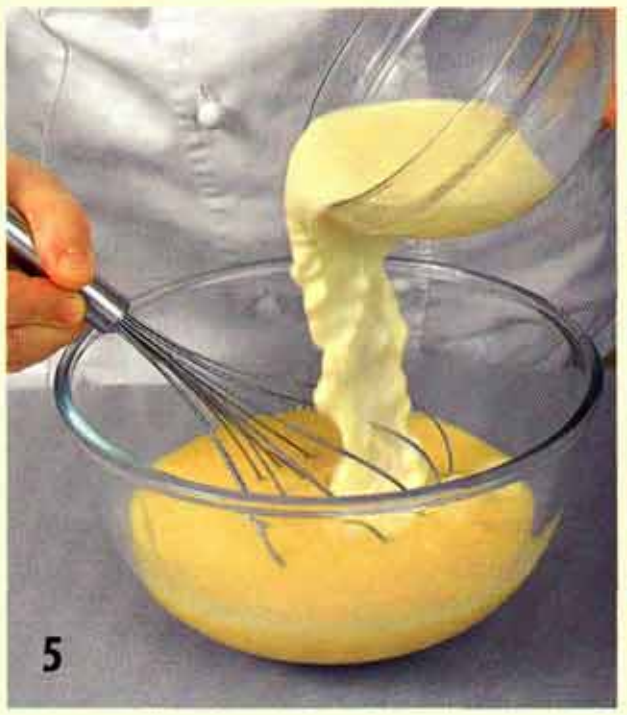
6 Полученную смесь разлить в формочки поверх карамели. Противень с формочками поставить в разогретую до 140° духовку и запекать крем в течение 35-40 мин. За это время крем заварится, а карамель начнет отставать от стенок и дна формочек. Формочки с кремом вынуть из противня, остудить до комнатной температуры и поместить в холодильник на час. Перед подачей на стол тонким ножом отделить крем от стенок формы, накрыть формочку плоской тарелкой и перевернуть. Крем украсить кусочками фруктов и подавать.

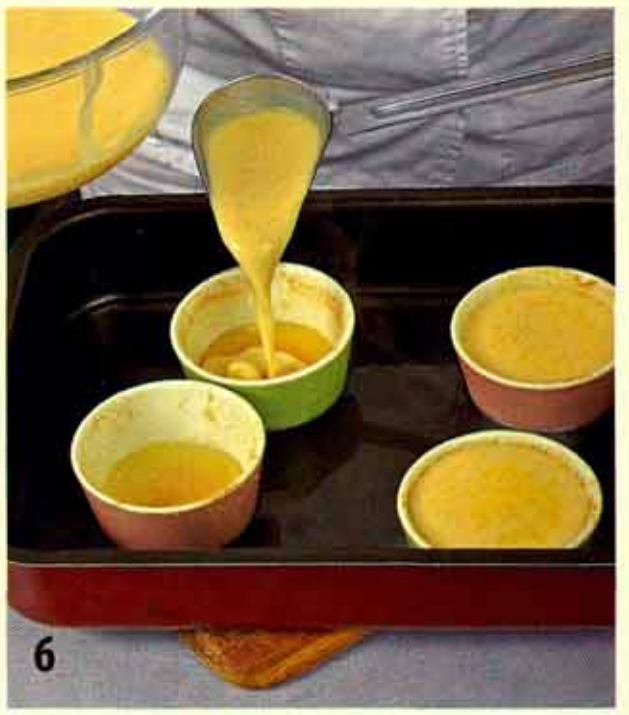

1


2

3


4


5


6

совет от шеф-повара

После запекания крем должен легко выйти из формы. Если крем все-таки не отстает от стенок формочки, то осторожно, но уверенно ударьте сверху по дну формы.

Внимание! С 1 апреля начинается подписка на второе полугодие 2009 г.

Оформить подписку на любимый журнал можно в любом отделении почтовой связи.

ФСП-1

Почта России

АБОНЕМЕНТ на ~~газету~~ / журнал

99105 (индекс издания)

Вкусные рецепты

Количество комплектов

на год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому (фамилия, инициалы)

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА

ПВ | Место | Литер

на ~~газету~~ / журнал **99105** (индекс издания)

Вкусные рецепты (наименование издания)

Стоимость подписки _____ руб. _____ коп.

Стоимость переадресовки _____ руб. _____ коп.

Количество комплектов

на год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому (фамилия, инициалы)

«ВКУСНЫЕ РЕЦЕПТЫ»

№ 4 (29) АПРЕЛЬ 2009

Выходит ежемесячно
с сентября 2006 г.

Издание зарегистрировано Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Регистрационный номер ПИ № ФС77-25706 от 22.09.2006.

Учредитель и издатель – ООО «ИД «Пресс-Курьер»

Главный редактор Д. И. Кручинин
Редактор выпуска Ю. М. Максименко
Арт-директор М. Бирюков
Повар-консультант Т. Васюк
Фуд-стилист С. Зимина
Фотограф Д. Курбатов
Старший корректор А.А. Иванова
Адрес редакции и издателя:
198099, Санкт-Петербург, Промышленная ул., 42

Адрес для писем:
198099, Санкт-Петербург, а/я 6, «Вкусные рецепты»

Рекламный отдел:
(812) 944-02-07,
E-mail: pr@p-c.ru

Отдел распространения:
E-mail: commerce@p-c.ru

Перепечатка материалов допускается только с письменного разрешения редакции

Материалы, представленные в рубрике «Рецепт представляет»©, являются рекламными.

Юридическую поддержку издания осуществляет Адвокатский кабинет «VIALEX». Все права защищены.

Отпечатано в полиграфическом комплексе «Пушкинская площадь», 109548, г. Москва, ул. Шоссейная, д. 4-д.

Подписано к печати 24.03.2009.
Время подписания номера:
по графику 23.00,
фактически 23.00.

Установочный тираж 111 000 экз.
Заказ №09-0925
Цена свободная

СЛЕДУЮЩИЙ НОМЕР ВЫЙДЕТ 4 МАЯ 2009

Подписной индекс по каталогу «Почта России»

99105

коктейль «экзотика»

взяли...

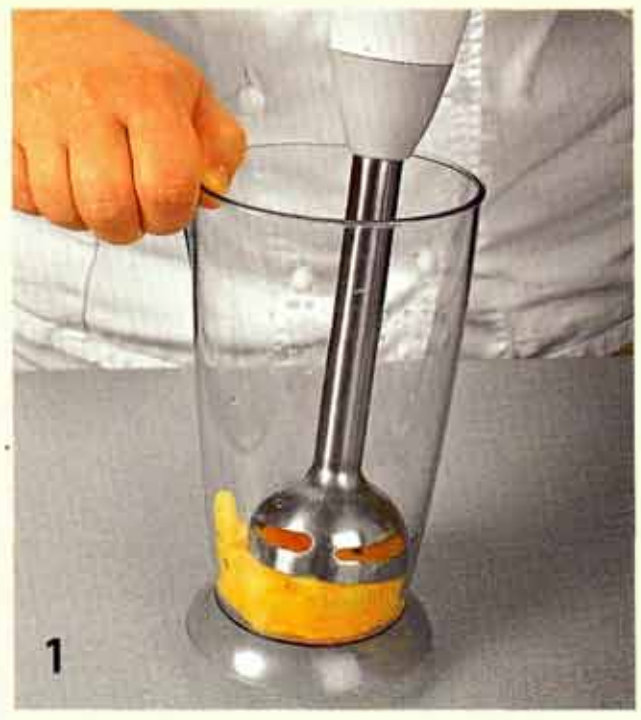
- 1 манго
- 2 киви
- 1 грейпфрут
- 1 лимон

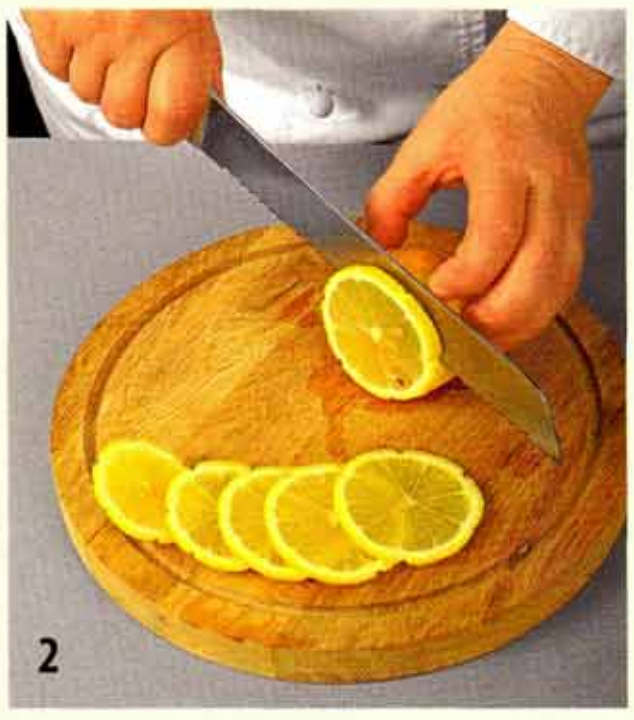
...и делаем

1. Все фрукты (кроме лимона) очистить, с долек грейпфрута удалить пленки. Подготовленные киви, грейпфрут и манго по отдельности измельчить в блендере до пюреобразного состояния.

2. Лимон вымыть, обсушить и отрезать от него несколько тонких кружочков (в дальнейшем понадобятся 2 кружочка, диаметр которых равен диаметру стакана для коктейля). В центре этих двух кружочков сделать небольшое отверстие.

3. В ровный высокий стакан налить пюре из манго. В отверстие на кружочке лимона вставить трубочку для коктейля. Трубочку вместе с кружком лимона аккуратно опустить в стакан так, чтобы лимон лег на поверхность мангового пюре. Затем налить пюре из киви, снова надеть кружок лимона на трубочку и аккуратно опустить его на поверхность пюре из киви. Сверху налить пюре из грейпфрута и сразу же подавать.





реклама

ufi Approved Event

worldfood MOSCOW

Основана в 1992 году

Ключ к успеху!

15-18 СЕНТЯБРЯ 2009

Москва, ЦВК «Экспоцентр»

18-я Международная
выставка продуктов
питания и напитков

Where the world of food meets Russia

www.world-food.ru

Организатор:

ITE LLC Moscow
Россия, 129164, Москва
Зубарев пер. 15/1

Тел.: +7 (495) 935 7350
Факс: +7 (495) 935 7351
worldfood@ite-expo.ru